

# El conocimiento de uno mismo: alcances y riesgos psicológicos de la auto observación en los ejercicios ignacianos

---

*José Ricardo Alvarez B., sj.*

## Introducción

Los aportes que la psicología clínica puede hacer a los acompañantes de Ejercicios Espirituales ignacianos son de muy variados grados y matices. Los procesos emocionales y relacionales que se van instaurando a partir de un acompañamiento espiritual son tan complejos que necesitamos la participación de otras ciencias. Entre otras se destaca la psicología que nos ayuda, a dilucidar mucho mejor tales procesos y nos hace más posible la aspiración ignaciana de lograr que la persona se encuentre con Dios, sin que la relación con el acompañante pase de ser mediadora y facilitante a disruptiva u obstaculizadora.

Cuando queremos examinar lo que sucede al interior de una relación de acompañamiento espiritual, el psicólogo empieza a advertir muy pronto que existe un conjunto de procesos e implicaciones de las que no siempre están conscientes el acompañante o el que hace los Ejercicios. Dichos procesos internos, a veces poco visibles en su dinámica y en su origen, pueden con facilidad pasar inadvertidos a los ojos de un acompañante cuya formación ha fortalecido la dimensión teológica, espiritual o moral de dicho encuentro. Como ocurre en otras dimensiones de la vida, fortalecer una perspectiva puede ir en detrimento de una visión más completa y más total de la experiencia humana.

---

\* Jesuita. Colaborador con este número de Diakonia. 121, (Marzo 2007).

En el proceso de apoyar un encuentro profundo con Dios y con la persona que hace la experiencia de los Ejercicios, no es fácil deslindar qué es propiamente lo psicológico, lo relacional, lo espiritual. Nuestras lecturas desde diversos ángulos se traslapan. Pero si en realidad estamos buscando una comprensión más verdadera de lo que sucede al interior de una relación donde dos personas quieren hacer posible un encuentro con Dios en el interior del corazón humano y de la vida, diversas formas de ver tenderán a converger en algún punto.

Aunque hay muchas maneras de enfocar el asunto que en este momento nos ocupa, voy a intentar una aproximación personal que trata de servirse de los aportes de la psicología clínica desde una perspectiva creyente y abierta. Como acompañante de Ejercicios he querido recurrir a los aportes de la psicología clínica para iluminar mejor mi quehacer, y eso mismo quisiera ofrecer a ustedes dentro de los límites que este evento nos permite. Creo que los Ejercicios Espirituales no son una ocasión para hacer terapia, pero he visto en muchas ocasiones, cómo son de terapéuticos. En muchas ocasiones he podido ver como fruto de los Ejercicios, personas que pueden encontrar sentido a la vida, fortalecer procesos de conocimiento interior, hacer posible la experiencia del perdón y la reconciliación. No sorprende que en lista de los libros que han cambiado más radicalmente la manera de ser de las personas de nuestro hemisferio, se encuentre, como el más pequeño y corto de todos, el libro de los Ejercicios.

A esa constatación admirada de parte de grandes psicólogos, entre ellos Carlos Gustavo Jung (psiquiatra y psicoanalista suizo) ha correspondido el interés de los acompañantes espirituales contemporáneos por las aportaciones psicológicas en aras de comprender lo que está en juego durante una relación de acompañamiento. Pero por otro lado, he visto acompañantes que por su espiritualismo sospechan o miran con cierto desdén lo que la psicología clínica puede decirnos. Esta actitud, lamentable pero comprensiblemente, no ha ido a favor del bienestar de la persona que pide ser acompañada. El servicio ministerial del acompañamiento requiere de una ética especial y de una sabiduría y conocimiento tales que no podemos dejar de lado una fuente privilegiada de conocimiento que nos ayuda a entender lo que sucede.

Que los factores psicológicos desconocidos por el acompañante sean

un factor que amenace el éxito de la relación de acompañamiento, ya lo tuvo que experimentar amargamente el mismo Ignacio de Loyola en sus etapas iniciales. Recordemos los fenómenos inexplicables que le provocaron la intervención de la Inquisición española y que lo pusieron a reflexionar en la prisión. Porqué ciertas mujeres de Salamanca, como consecuencia del proceso de acompañamiento en los ejercicios, sufrían desmayos, tomaban decisiones que parecían “locas”, involuntariamente hacían gestos y movimientos que semejaban convulsiones? ¿Por qué algunas de esas mujeres no podían encontrar paz interior ni fin a una compleja sintomatología de angustia, a menos que el mismo Ignacio les hablara con cierto tono y se comportara con ellas con cierta actitud? Con la formación que tenía disponible Iñigo de Loyola, interpretaba dichos fenómenos como efectos de la acción de diversos espíritus y de la experiencia de la Gracia, pero tuvo muchas dudas. Siglos después encontramos la explicación psicológica de lo que también ahora ocurre cuando una persona inestable emocionalmente manifiesta en su comportamiento síntomas de un trastorno conversivo e histriónico, movilizado por reacciones transferenciales que sólo pudieron ser dilucidadas por los estudios psicoanalíticos sobre la transferencia y sobre la histeria a comienzos del siglo XX.

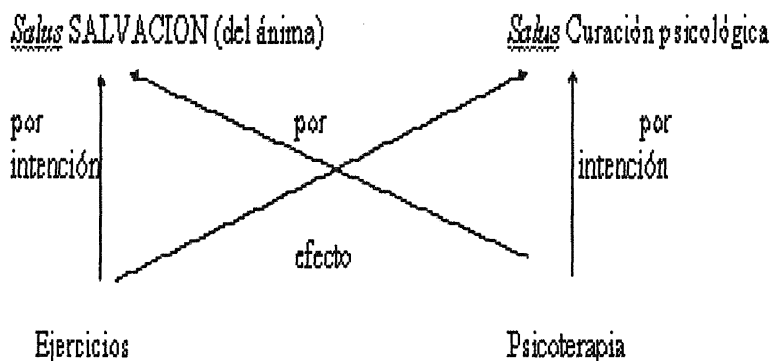
Esta experiencia de sentir que una serie de fenómenos aparecen sin que los busquemos durante el proceso amoroso y lleno de Gracia de los Ejercicios, tampoco es ajena a nosotros. Cuando se planean ejercicios profundos de ocho días o más, se pide a los participantes que durante al menos una semana previa, se haga un trabajo creyente y esperanzado para hacer consciente el mundo interior en ocasiones con muchas heridas y experiencias previas que necesitan un cierto nivel de sanación antes de iniciar la experiencia propiamente. Esa semana “propedéutica”, en un contexto religioso, espiritual, creyente, litúrgico, comunitario, puede ser la clave para que una persona pueda pasar (o no pasar) más tarde, a la experiencia de los Ejercicios propiamente dicha. Dicha semana, tal como he podido ver que se realiza en los grupos de profesores de enseñanza media y superior que hacen los Ejercicios en Colombia, resulta fundamentalmente reconciliante, curativa, terapéutica. Creo que por esas mismas razones, tal semana no puede ser sino preparatoria a la experiencia que ha de venir. Quienes hemos tenido la oportunidad de trabajar con ejercitantes durante una primera semana preparatoria tenemos la oportunidad de

observar muchos de los síntomas y problemáticas que a continuación vamos a enumerar de manera somera. Pero es el lugar donde más fácilmente podemos entender que sin un claro conocimiento de lo que puede suceder cuando una persona decide enfrentarse a sí misma, el acompañamiento espiritual podría convertirse en una fuente de riesgos innecesarios, e incluso, en algo que impida lo que precisamente decimos que queremos buscar.

San Ignacio buscaba propiciar por medio de los ejercicios, que la persona lograra el fin fundamental para el que fue llamado a la vida. En términos del siglo XVI este proceso sería la “salvación (*salus*) del ánimo”. Se podía decir que una persona reconciliada, en una actitud de gran libertad interior, libre de las afecciones desordenadas, profundamente conectada con Dios y consigo misma, viviendo en una paz interior duradera, capaz de discernir constantemente la voluntad de Dios y ponerla en práctica, capaz de vivir en armonía y paz con el mundo y con sus semejantes, viviendo en un estilo de vida sobrio y esperanzado es una persona que había experimentado la salud (salvación, *salus*) que viene del encuentro con el Dios de la Misericordia, con el Jesús que nos invita a seguirle, con el Espíritu que nos ayuda a encontrarlo vivo y resucitado a pesar del sufrimiento el dolor y la muerte.

La psicoterapia pretende de muchas maneras desatar los dinamismos y los procesos que persiguen fines muy semejantes, excepto los que están relacionados con una experiencia religiosa o espiritual. Y en esto hay también extremos y matices. Mientras Freud pensaba que el estorbo principal del crecimiento interior humano lo constituía lo religioso (tal como lo conoció en su tiempo) otros gigantes del psicoanálisis como C.G. Jung estaban persuadidos de que sin una experiencia espiritual no buscada directamente en la terapia, no era posible un avance significativo de la curación y la salud (*salus*) mental por medio de la técnica de la psicoterapia. Los procesos terapéuticos, curativos, involucrados en la experiencia de los Ejercicios, no son buscados como fines por los acompañantes, pero igualmente suceden. Por su parte, la psicoterapia como tal no busca un horizonte trascendente del crecimiento interior del ser humano, pero logra abrir espacios que lo hacen posible.

Quizás el siguiente esquema nos ayude a visualizar esta interacción.



Existen diversas tareas que el acompañante habrá de poner en marcha para realizar mejor su tarea desde una perspectiva psicológica. En esta ocasión me voy a dedicar a una de ellas. El conocimiento de sí mismo con sus riesgos y esperanzas. Los aspectos descritos a continuación no pretenden dar cuenta completa y exhaustiva de todas las cosas que podrían ocurrir en el proceso de acompañamiento. Tampoco están descritas en orden de importancia, porque para cada ejercitante la complejidad de su mundo interior le plantea retos y matices distintos a su acompañante.

### El Conocimiento de sí mismo en los Ejercicios

Ya desde tiempo de Sócrates se había dicho que la tarea fundamental de un ser humano era conocerse a sí mismo. Este proceso, el más complejo e importante de todos, ha dado origen a las filosofías y las ciencias sociales de todos los tiempos. Ha dado origen a las mejores reflexiones teológicas y a las más depuradas prácticas ascéticas de todas las religiones y culturas. Para Ignacio, no es posible avanzar significativamente en el proceso de ser lo que somos, prescindiendo de Dios. Y como método de trabajo, entre las diversas estrategias que pueden

diseñarse para lograr este fin, no es posible prescindir de una actitud constante de auto observación y tener éxito.

Esto no es raro para quienes hemos tenido el rol de acompañantes. En el camino Ignaciano (hay otros caminos que insisten también en lo mismo) es claro que necesitamos insistir en la importancia de los exámenes en el proceso de los Ejercicios, así como de la actitud consciente, observante, despierta vigilante, examinadora, a la que se invita al ejercitante con respecto a sí mismo. No dudamos que una de las notas características del éxito de los Ejercicios en cuanto que son potencial de transformación de lo humano, radica en el relieve que, dentro del método ignaciano, poseen tanto la técnica del examen como la actitud de auto observación y de auto análisis personal.

Sin embargo, parece evidente también que la práctica de los exámenes (unas de las prácticas usadas en el camino ignaciano) ha ido cayendo en un importante desuso si miramos a los que ya hicieron Ejercicios. La estrategia como tal y a veces la actitud de auto observación vigilante que los Ejercicios implican despiertan en la actualidad un considerable recelo. Múltiples factores han podido contribuir, sin duda, a esta desconfianza frente a una práctica que había gozado de tan importante tradición en la espiritualidad cristiana. Si nos atenemos a sus posibles motivaciones psicológicas habría que señalar, sin duda, que el recelo surge desde el momento en el que se advierte que tales prácticas espirituales han conducido con demasiada frecuencia al fomento de actitudes obsesivas y perfeccionistas.

Yo sigo creyendo que el discernimiento y el examinar constante de lo que ocurre en nuestro mundo interior están encaminados a un fin claro: alentar una lucha por alcanzar la "indiferencia ignaciana" como libertad interior para el seguimiento y el Reino. Pero una vez fuera del contexto de la experiencia de los Ejercicios, quienes desean continuar con esta práctica se encuentran con frecuencia con su esterilidad. ¿Qué ocurrió? Una respuesta posible es que la práctica del examen, se ha ejercitado descontextualizada de la dinámica profunda en la que San Ignacio la inscribe. De ese modo, se ha intentado sustituir un proceso experiencial difícil y profundo por una simple técnica que aparentemente resulta bastante asequible y fácil de manejar. De hecho los psicólogos

comportamentales encuentran en esa práctica el modelo precursor de los métodos de autocontrol para producir cambios efectivos en el comportamiento cotidiano. Pero por fuera de una actitud contemplativa y de discernimiento espiritual permanente, el resultado del examen se acerca al de una frustrante infecundidad. En un contexto más doloroso, el psicólogo puede incluso ver actuante el peligro de una alienación profunda de la vida espiritual, encerrada ésta en una lucha narcisista por lograr una buena imagen de la persona ante ella misma.

Después de Freud, los creyentes hemos ido reconociéndonos como personas de la sospecha. Examinar nuestra conciencia no es lo mismo para nosotros que para los jesuitas y laicos que conocieron la experiencia ignaciana original. La conciencia que tratamos de examinar se nos ha hecho bastante problemática en nuestra cultura contemporánea. Sabemos o sospechamos que tras determinadas manifestaciones de nuestra conducta que intentamos modificar se esconden motivaciones poco accesibles a nuestro control y manejo. Un cierto desánimo se ha podido de ese modo instalar en nosotros a la hora de realizar una práctica que parece meramente comportamental, y que para el psicólogo resulta muy sintomática. Por lo que vemos en otras personas que siguen el camino ignaciano, es posible seguir con la práctica y al mismo tiempo lograr que se quede sin tocar, lo que son las raíces últimas que originan ese comportamiento.

Visto así el problema, alguien podría entonces cuestionar el para qué seguir con dicha práctica. El problema de un mejor conocimiento de uno mismo (punto de partida para toda ascesis) que se vea confrontado con los estrechos límites de la conciencia desanimaría a cualquiera que no vea las cosas desde una perspectiva más amplia. Todo esto sucede al mismo tiempo que en nuestro medio, la psicología clínica, desde una perspectiva diferente, sigue alentando al paciente a un ejercicio muy análogo y con diversas técnicas. Pero el punto que quiero hacer aquí sigue vigente. Se trata del peligro de una recuperación acrítica y precipitada que no quisiera tener en cuenta los diversos terrenos y objetivos con los que se proponen dichas técnicas de examen. En el caso de los Ejercicios se trata de un asunto que en el buen sentido llamamos ascético. Es decir, encaminado a un proceso laborioso, constante de

crecimiento y transformación interior. En el caso de la clínica estamos en el terreno de la terapia, en el proceso de individuación, de curación interior, deliberación de las ataduras sintomáticas que no permiten una mejor salud o adaptación.

La propuesta ignaciana, se inscribe en un contexto mucho más amplio en donde se busca la remodelación o reestructuración afectiva. Los Ejercicios son para *quitar las afecciones desordenadas* y se hace necesario trabajar en un plano en donde Ignacio a partir de su experiencia en Manresa y a partir de una formidable intuición logró ver que esas raíces profundas escapan del *mero querer y libertad* de la persona.

Ignacio aprendió examinando, que su mundo interior tan agitado, necesitaba de un espacio para poder procesar. Desde ahí, en la turbulencia interior de la cueva de Manresa, Iñigo López de Loyola logró una conciencia muy agudizada de la división interna del sujeto humano. En el texto de la Autobiografía se dice que *poco a poco vino a conocer la diversidad de los espíritus que se agitaban*. Pero lograr un *insight* no fue sino el comienzo de un proceso que duraría la vida entera y que necesitaba reactivarse cotidianamente. Mucho tuvo que pasar desde esa diversidad de pensamientos y afectos que le hacen maravillarse en la cueva cerca de Barcelona. Sabemos que tuvo todavía que atravesar un largo itinerario para alcanzar un cierto grado de unificación interior. La progresiva polarización de su dinámica afectiva en un nuevo objeto que le ayudara a unificar su interior dividido lo hizo atravesar momentos de extrema dureza en los que la sombra de la autodestrucción y de la misma muerte estuvo muy cercana. Ignacio salió bien librado de esta lucha, pero estuvo en alto riesgo de perder incluso su salud mental... ¿Podemos arriesgarnos en este tiempo a un itinerario similar?

No ayudamos mucho a una persona cuando le enseñamos a examinarse, (es decir a auto observarse, interiorizar, etc.) y lo hacemos sin que se le haya enseñado lo fundamental del discernimiento. Cuando esto hacemos, se puede fácilmente caer en el peligro de confundir la voz del buen espíritu con lo que en realidad no es sino la voz camuflada del narcisismo infantil o de otros procesos donde el “mal espíritu” toma partido. El discernimiento implica una *actividad analítica* que detecte el dinamismo de las distintas mociones de los espíritus (y los tres



*pensamientos*, de Ignacio) y el examen lo hace más concreto, aterrizado como una *actividad evaluativa* que juzgue o pondere dichos pensamientos. Las dos tareas tienen que ir juntas.

El proceso de examinar y los exámenes como tales, tienen una función primordialmente *objetivadora*. En ese sentido se trata de un trabajo con el que se persigue reeducar la atención dispersa, ampliar la conciencia, darse cuenta de la realidad interior. Pero para quienes deseamos andar el camino Ignaciano, tiene además una dimensión salvífica: El examen no es un recuento escrupuloso de faltas para alcanzar una perfección que me justifique y que satisfaga egocéntricamente mi narcisismo. Se trata de constatar cuál ha sido, de hecho, la pobre respuesta dada a las oportunidades salvíficas que he recibido. El examen supone, pues, una actitud continua de búsqueda de coherencia y armonía "ordenada", porque continuamente estamos sometidos a condicionamientos internos y externos que ponen en peligro nuestra libertad y el grado de "ordenación afectiva" que, en un momento determinado, hayamos logrado conquistar.

El *mucho examinar* supone un intento por parte del ejercitante de identificar en el día a día de su comportamiento aquello que aparece todavía como manifestación de un desorden, como concreción de una alianza entre su *libertad y querer* y el pensamiento que,  *viniendo de fuera*, representa la actuación del "mal espíritu". Desde esa toma de conciencia, el sujeto se empeñará entonces en el *Examen Particular* por entablar una estrategia y una táctica concreta con la que deshacer ese pacto interno, secreto, no consciente que se ha ido fortaleciendo con la repetición que se ha vuelto hábito. Registrar, poner por escrito, graficar de manera incluso simple las ocurrencias de la conducta-problema se vuelve una representación, un "espejo" del modo como seguimos siendo del mal pensamiento que nos viene de fuera.

En el *Examen General* pretende Ignacio que, en el momento final de la primera semana, el ejercitante exprese simbólica y sacramentalmente su decisión de abandonar sus antiguos apegos, afecciones desordenadas y objetos de amor. Dichos amores, considerados ahora en el conjunto global de la propia autobiografía, han sido impedimento de la libertad necesaria para construir el Reino y para ser aquello a lo cual hemos sido llamados por Dios. Lograr una visión más completa, una perspectiva de la totalidad de

la propia vida es la plataforma que Ignacio imagina más indicada para que el ejercitante se vincule a un nuevo proyecto que se verá encarnado en la persona de Jesús, el Maestro.

## Los riesgos

Para un psicólogo, ver que se invite a encarar la realidad interna de los impulsos y tendencias desordenadas en una experiencia intensiva profunda y en una práctica cotidiana, parece algo muy loable. La sospecha empieza a aparecer cuando la propuesta tiene algo camuflado, probablemente por los conflictos internos del acompañante o se capta así por los síntomas endurecidos durante la historia y el sufrimiento del ejercitante. La reforma de vida en la que el ejercitante se involucra puede no estar exenta del deseo neurótico de procurar alianzas con las dimensiones ideales del Superyó. ¿Qué tan fácilmente puede decirse que esos ideales no son la expresión de una cultura particular, una moral propia de un grupo humano, una visión equivocada del Evangelio, una concepción atrasada de la Iglesia, o una interpretación neurótica del deber ser que se ha hecho el mismo sujeto? El examinar y emprender un minucioso análisis de sus propios puntos débiles, podría resultar en algo que Carlos Domínguez, un jesuita psicoanalista español<sup>1</sup> llamaba la imposición: un imponer, un “imperialismo yoico” a costa de “mutilaciones o de inhibiciones neuróticas que progresivamente nos vaya alejando de la realidad.” Ignacio a diferencia de muchos hombres y mujeres que en la historia de la Iglesia han sido destacados en los libros de ascética y mística, no negaba el mundo de los afectos, sino más bien quería potenciarlo porque de allí surgía la fuerza para el seguimiento de Jesús y de su proyecto.

El psicólogo instará al acompañante espiritual a tener un gran cuidado para que el proceso de examinar no resulte tampoco en el predominio absoluto del Superyó. Este es quizás, el peligro más desafortunado en el proceso de ejercitarse para el conocimiento interior. Ya la cultura y la educación familiar y escolar como principales mediadores, se ha encargado en muchos de nosotros de hacernos la vida

---

<sup>1</sup> En una conversación personal motivada por un artículo escrito por él hace más de siete años sobre el examen de conciencia

infeliz a punta de “deberías”, “tienes que”, “es bueno y necesario que”. En muchos casos esos “deberías” se vuelven tiránicos y como síntomas se expresan también de manera somática y espiritual. Quienes tenemos el ministerio de acompañar, con frecuencia no hemos desarrollado la capacidad crítica para reconocer que esas leyes superyoicas y esos ideales interiorizados con tanto éxito no tienen por qué coincidir sin más con el régimen del mensaje evangélico ni con los ideales del Rey Eternal. En realidad, somos los acompañantes los que más necesitamos avanzar en esta dirección, so pena de volvernos los guías ciegos que guían a otros ciegos según las palabras de Jesús. El discernimiento, es nuestra primera tarea y responsabilidad, ya que ponemos el techo del crecimiento de las personas que deseamos acompañar.

¿Qué hacer? El papel del proceso auto observador y del examen se refiere en realidad a la exigencia interna de responsabilidad ante las oportunidades salvíficas que Dios nos presenta en cada momento de la vida. Esto implica un compromiso con Dios, con la persona misma para evitar una culpabilidad destructiva, pero al mismo tiempo para no escapar de doloroso reconocimiento de nuestra complicidad con *el pensamiento* que expresa la acción del *mal espíritu* como se ha dicho antes.

No siempre podemos escoger las personas que se disponen a hacer la experiencia de los Ejercicios. Los esfuerzos para detectar personas con problemas psicológicos vigentes, o con cierto tipo de vulnerabilidades de tipo psiquiátrico no son los sujetos ideales para la oferta ignaciana. Freud mismo hizo una lista de las personas que eran o no susceptibles de tener avances y logros en el psicoanálisis. ¿No deberíamos nosotros tener algunos acuerdos al respecto? Esto puede condicionar grandemente el resultado de la experiencia. Sólo por poner un ejemplo, digamos aquí que sin que nos demos cuenta, una persona puede aprovechar la invitación a examinarse como una ocasión para reforzar su propio trastorno psicológico. Imaginemos esta actitud en una persona con un trastorno obsesivo que buscará usar las estrategias ignacianas al servicio de intereses inconscientes que tengan más que ver con mecanismos defensivos frente a deseos y temores inconfesados que con la conquista de la indiferencia ignaciana.

Examinar, es decir, auto observarse, hacer introspección, implica una tarea crítica respecto a sí mismo. Y es imposible que tal tarea se

pueda hacer en ausencia de densas cargas afectivas, muchas de ellas inconscientes. En una persona con un trastorno obsesivo será precisamente esa dinámica insana la motivación última para la autocritica. Con ello queda desvirtuado el propósito ignaciano y la resultante es más bien una manifestación más de la autocensura inconsciente. Se hizo la tarea, quizás a cabalidad, pero por las razones equivocadas. Las razones de orden espiritual aparecen ahora como camuflaje de tales motivaciones afectivas inconfesadas.

¿Quién de nosotros está libre de tendencias narcisistas? El psicoanálisis nos ha ayudado a descubrir que existe en nosotros un cierto placer resultante del acabado cumplimiento de las normativas y deberes provenientes del Superyó. Tal satisfacción puede embriagar al sujeto grandemente y debilitar al Yo de dicha persona en su función objetivadora de la realidad. No queremos que el *examen particular* llegue a convertirse en una especie de droga estimulante que proporciona una especie de bienestar ascético tal como ha aparecido cuestionado en la historia de la ascética por los santos más influyentes. La conducta-problema entrevista por la técnica del *Examen Particular* para ser “lanzada” o erradicada se vuelve un comportamiento blanco u objetivo, pero no por las razones que valen la pena: se escoge, no en función de una mejor adaptación a los intereses del Reino de Dios sino en función de una mejor adaptación al ideal narcisista del Yo.

Ya Freud, nos había alertado de la gran analogía y similaridad del comportamiento religioso con la neurosis obsesiva. En tal trastorno los comportamientos de autocontrol predominan en toda la actividad del sujeto. Frente a los contenidos reprimidos en el inconsciente y frente a la amenaza que experimenta de su irrupción a la conciencia, se ve obligado a vivir en una actitud de alerta permanente con relación a sí mismo. Existe en la neurosis obsesiva una extrema tensión entre las fuerzas del Ello y las del Superyó, de manera que el Yo se ve obligado a permanecer en una actitud de suprema vigilancia. *No puede abandonarse ni un instante*-nos dice Freud- *y ha de hallarse siempre dispuesto al combate*<sup>2</sup>. En este sentido, a una persona que esté familiarizada con la práctica del

---

<sup>2</sup> FREUD, S., *Inhibición, síntoma y angustia*, O.C., III, 2854.

*Examen Particular*, no puede dejar de chocarle el encontrar en un tratado ya clásico sobre la neurosis una ilustración de la sintomatología obsesiva que se refiere a un paciente *que llevaba consigo un cuaderno de apuntes, en el que asentaba las calificaciones que merecía su conducta, para indicar, según el caso, elogio o censura*<sup>3</sup>.

También habría que recordar en este contexto que el recuento, tan importante en la técnica del *Examen Particular*, constituye un tipo de actividad predilecta en la dinámica de la neurosis obsesiva. La "compulsión de contar" se encuentra entre los síntomas prototípicos de este tipo de afección neurótica.

Junto a todo ello habría que señalar todavía la ambivalencia que fácilmente se puede ocultar en la conducta de autocontrol. La tensión entre el Ello y el Superyó se puede resolver por parte del Yo en una alternancia de concesiones ante ambas instancias. Puede surgir así una especie de pseudo moral automatizada en la que, astutamente, se combina la expiación con el pecado. Ello tiene lugar mediante la formación de un círculo formado por la producción de la conducta-problema que, seguida del autorreproche, da lugar a una nueva conducta-problema que precede a un nuevo autorreproche y así indefinidamente. El Yo parece moverse entonces en una permanente interrogación ¿obedeceré al Ello o al Superyó?<sup>4</sup>.

Todo esto no son -podremos decir- sino caricaturas de la propuesta ignaciana. Y así es, efectivamente. Pero todos sabemos también que tales caricaturas han tenido lugar a partir de una sesgada aplicación de la técnica de examen y de un falso entendimiento de la actitud del mucho examinar. Los celos y desconfianzas frente a este capítulo de la espiritualidad ignaciana no siempre han estado faltos de justificación ni han derivado de una mera cuestión de caprichos o de modas. La mayor conciencia actual sobre los peligros de perder realidad a base de

---

<sup>3</sup> FENICHEL, O., *Teoría psicoanalítica de las neurosis*, Buenos Aires 1957, 373-374.

<sup>4</sup> Cfr. FENICHEL, O., *Ibid.*, 373-378. Todavía se podría señalar el componente de omnipotencia que impregna a los rituales obsesivos. También, en lo que el *Examen particular* tiene de ritual (manos en el pecho, anotación gráfica programada, etc...), se puede movilizar la creencia mágica de que ese conjunto de acciones, automáticamente, hará desaparecer el comportamiento indeseado.

enclaustramientos solipsistas, fomentados por determinados modos de entender la espiritualidad, parecen estar en la base de esos recelos y esas desconfianzas.

Al parecer, Ignacio intuyó, a partir de su propia experiencia también, lo que podían significar esos escollos obsesivos en la práctica de la espiritualidad. Los escrúpulos, síntoma obsesivo donde los haya, son considerados por él como *pensamiento de fuera* que expresa una *tentación que el enemigo pone* [Ejercicios Espirituales 347]. Frente a ellos, el ejercitante ha de realizar un esfuerzo por evitar el quedar paralizado y bloqueado; debe más bien, *alzar el entendimiento a su Criador y Señor* [Ejercicios Espirituales 351] y si no ve nada positivamente en contra de su servicio, lanzarse hacia adelante, situando la duda en el lugar que le corresponde: como fuente de interrogación y sospecha, pero nunca como motor de bloqueos obsesivos paralizantes.

En el camino de la espiritualidad no existe ningún tipo de garantías. La ambigüedad de todo comportamiento se hace especialmente manifiesta en ella. Discernir el pensamiento que viene de fuera para percatarse de su origen en el buen o en el mal espíritu constituye una tarea siempre inacabada. Por ello, en la técnica del examen y en la actitud del mucho examinar, deberíamos atender primordialmente a ver en qué acaba el *discurso de los pensamientos* [Ejercicios Espirituales 333]. Esa realidad final, en su correspondencia o no con los ideales del Reino, dictaminará mejor que ningún otro criterio cuáles han sido las funciones y los riesgos que de hecho han desempeñado nuestros exámenes concretos. Una vez más, por los frutos los conoceréis.

Tomado del sitio web: <http://www.geocities.com/mentirag12/ejercicios.htm>